

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАХІДНОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**

ЗАТВЕРДЖУЮ
Декан соціально-
гуманітарного факультету
Оксана ГОМОТЮК
« 29 » 08 2025р.

ЗАТВЕРДЖУЮ
Проректор з науково -
педагогічної роботи
Віктор ОСТРОВЕРХОВ
« 29 » 08 2025р.

ЗАТВЕРДЖУЮ
Директор ІННІОТ
Святослав ПИТЕЛЬ
« 29 » 08 2025р.

РОБОЧА ПРОГРАМА

з дисципліни «Організація та проведення тренінгових
занять»

ступінь вищої освіти - бакалавр

галузь знань - С Соціальні науки, журналістика,
інформація та міжнародні відносини

спеціальність - С4 Психологія

освітньо-професійна програма - «Психологія»

кафедра психології та соціальної роботи

Форма навчання	Курс	Семестр	Лекції (год.)	Практ. (год.)	ІРС (год.)	Тренінг (год.)	Самост. робота студ. (год.)	Разом (год.)	Екзамен (сем.)
Денна	1	1	30	30	4	8	78	150	1
Заочна	1	1	8	4	-	-	138	150	2

Тернопіль - ЗУНУ
2025

Робоча програма складена на основі освітньо-професійної програми підготовки бакалавра галузі знань С Соціальні науки, журналістика, інформація та міжнародні відносини, спеціальності С4 «Психологія», затвердженої Вченою радою ЗУНУ (протокол № 8, від 26.06.2025 р.)

Робочу програму склав викладач кафедри психології та соціальної роботи, доктор філософ. в галузі психол. Сергій **ШЕРЕМЕТА**

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри психології та соціальної роботи, протокол № 1 від «26» серпня 2025 р.

Завідувач кафедри психології та соціальної роботи, д.психол.н., професор

Андрій ГІРНЯК

Гарант ОП «Психологія»
д.психол.н., професор

Андрій ГІРНЯК

СТРУКТУРА РОБОЧОЇ ПРОГРАМИ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ «ОРГАНІЗАЦІЯ ТА ПРОВЕДЕННЯ ТРЕНІНГОВИХ ЗАНЯТЬ»

1. Опис дисципліни «Організація та проведення тренінгових занять»

Дисципліна «Організація та проведення тренінгових занять»	Галузь знань, спеціальність, ОПП, СВО	Характеристика навчальної дисципліни
Кількість кредитів ECTS - 5	Галузь знань - С Соціальні науки, журналістика, інформація та міжнародні відносини	Статус дисципліни обов'язкова Мова навчання українська
Кількість залікових модулів - 5	Спеціальність- С4 Психологія	Рік підготовки: <i>Денна - 1</i> <i>Заочна - 1</i> Семестр: <i>Денна - 1</i> <i>Заочна - 2</i>
Кількість змістовних модулів - 2	Освітньо - професійна програма «Психологія»	Лекції: Денна - 30 год. Заочна - 8 год. Практичні заняття: Денна - 30 год. Заочна - 4 год.
Загальна кількість годин - 150	Ступінь вищої освіти - бакалавр	Самостійна робота: Денна – 78 год. Заочна – 138 год. Тренінг - 8 год. Індивідуальна робота: 4год.
Тижневих годин: денна форма навчання – 10 год., з них аудиторних – 4,8 год.		Вид підсумкового контролю - <i>екзамен</i>

2. Мета і завдання вивчення дисципліни «Організація та проведення тренінгових занять»

2.1. Мета вивчення дисципліни

Засвоєння студентами теоретичних, методологічних і практичних основ організації та проведення тренінгових занять, а також формування практичних знань і навичок для їх ефективного проведення.

Об'єктом вивчення курсу є психологічний тренінг

Предмет навчального пізнання - організація тренінгових занять

2.2. Завдання вивчення дисципліни

Метою викладання навчальної дисципліни «Організація та проведення тренінгових занять» є формування у студентів системи наукових понять про психологічний тренінг, засвоєння методології розробки та проведення тренінгових занять, а також набуття практичних навичок роботи психолога.

Основними завданнями вивчення дисципліни є:

- ознайомлення студентів з теоретичними основами проведення психологічного тренінгу;
- освоєнні знань про структуру та процедури психологічного тренінгу;
- формуванні у студентів навичок планування та розробки психологічного тренінгу;
- закріпленні на практиці знання про організацію і планування психологічного тренінгу.

2.3. Найменування та опис компетентностей, формування котрих забезпечує вивчення дисципліни:

СК3. Здатність до розуміння природи поведінки, діяльності та вчинків (зокрема, в контексті організації заходів раннього втручання).

СК8. Здатність організовувати та надавати психологічну допомогу (індивідуальну та групову, в тому числі особам, які отримали психологічні травми, зокрема внаслідок війни).

СК10. Здатність дотримуватися норм професійної етики.

2.4. Передумови для вивчення дисципліни

Передумовами для вивчення дисципліни є знання про людину, її індивідуально-психологічні особливості, вміння взаємодіяти з іншими

2.5. Результати навчання:

ПРН1. Аналізувати та пояснювати психічні явища, ідентифікувати психологічні проблеми та пропонувати шляхи їх розв'язання.

ПРН12. Скласти та реалізовувати програму психопрофілактичних та просвітницьких дій, заходів психологічної допомоги у формі лекцій, бесід, круглих столів, ігор, тренінгів, тощо, відповідно до вимог замовника.

ПРН17. Демонструвати соціально відповідальну та свідому поведінку, слідувати гуманістичним та демократичним цінностям у професійній та громадській діяльності.

3. Програма навчальної дисципліни:

Змістовий модуль 1. Теорія психотренінгу в сучасній психологічній науці

Тема 1. Вступ до основних видів діяльності психолога

Різниця між психологом, психіатром та психотерапевтом. Сфери діяльності психолога та основні напрямки професійної діяльності. Професійні якості психолога.

Тема 2. Психологічний тренінг: поняття, історія, принципи

Базові поняття про груповий психологічний тренінг. Феномени групового впливу. Історія розвитку та становлення тренінгової роботи в психології (Я. Морено, К. Левіна, К. Роджерса та інших). Принципи тренінгової роботи (К. Роджерса). Загальні правила поведінки на тренінгах.

Тема 3. Методичні засади психологічних тренінгів

Основна мета та завдання тренінгів. Основні види цілей в тренінгу: особисті, загальні, універсальні. Класифікація цілей за D. VandeWalle. Види тренінгів за Б. Карвасарським: на розвиток навичок саморегуляції, комунікативні, що стимулюють особистісний ріст. Класифікація за І. Матійків: соціально-психологічний тренінг, тренінг навичок, бізнес-тренінг. Основні тренінгові методи (за І. Вачковим). Опис специфічних рис та парадигм тренінгу.

Тема 4. Загальна характеристика тренінгової групи

Загальні цілі тренінгової групи: дослідження та розв'язання психологічних проблем, покращення самопочуття, вивчення закономірностей міжособистісної взаємодії, розвиток самосвідомості, сприяння особистісному розвитку та реалізації потенціалу. Основні принципи групової роботи: принцип застосування зворотного зв'язку; принцип «тут-і-тепер»; принцип конфіденційності та закритості групи; принцип відкритості та ширості. Правила роботи в групі (за К. Фопелем). Складові групової динаміки: завдання, норми, структура, лідерство, ролі, згуртованість, напруга, фази розвитку. Групові ролі (за Р. Шиндлером).

Тема 5. Психологічні особливості взаємодії в тренінговій групі

Феномен малої групи (за К. Левіним). Практичні рекомендації: використання групової роботи для зміни поведінки, уникнення окремих норм, пріоритет групової роботи, створення взаємозалежності, формування приналежності до групи, уникнення ворожості на початкових етапах, поняття психологічного опору.

Тема 6. Тренер як центральна фігура психологічного тренінгу

Вимоги до ведучих тренінгів: рівень професійної кваліфікації, особистісна й етична зрілість, володіння методичними засобами тренінгу, готовність нести відповідальність за результати та побічні ефекти. Основні ролі тренера (за С. Кратохвілом): активний лідер, аналітик, коментатор, посередник (експерт), член

групи, ролі тренера (за І. Яломом): технічний експерт, еталонний учасник. Стили керівництва психологічною групою (за М. Ліbermanом, М. Майлзом, І. Яломом): емоційна стимуляція, опіка, пізнавальна орієнтація, виконавча функція. Поняття про імідж та професійну компетентність тренера. Типові помилки тренера (за К. Фопелем).

Змістовий модуль 2. Організаційно-методичні аспекти проведення тренінгу

Тема 7. Планування та дизайн тренінгу

Планування, формування мети та цілей тренінгу. Цілі тренінгу за D. VandeWalle: ціль навчання, ціль підтвердження, ціль уникнення. Система блоків тренінгу охоплює знайомство, встановлення правил, формування позитивного ставлення до себе, надання інформації, стимулювання активності, перевірку знань, формування навичок. Технічні та організаційні складові планування тренінгу: режим роботи, приміщення, обладнання, посібники та друковані матеріали. Композиція тренінгу: вступна, основна та завершальна частини тренінгу (за К. Мілютіною).

Тема 8. Основні компоненти тренінгу

Основні форми тренінгової роботи: міні-лекції, групова дискусія, мозковий штурм та інші. Види психологічних вправ: вправи на знайомство, рухові, діагностичні, інформаційні. Стимулювання активності групи, формування зворотнього зв'язку.

Тема 9. Організація тренінгового заняття

Знайомство учасників та тренера як невід'ємна частина початку роботи. Робота тренера під час перерв. Аналіз тренером стану групи та власні почуття. Закінчення тренінгу з виконанням усіх завдань. Можливі варіанти завершення: театралізовані ритуали, зворотний зв'язок, тестова перевірка

Тема 10. Ефективність тренінгу

Вимоги до ефективності тренінгу (за Д. і Дж. Кіркпатриками). Модель оцінки ефективності навчання. Модель оцінки ефективності Д. Філіпса та модель Р. Тайлера. Модель CİRO. Індивідуальні особливості, що впливають на ефективність.

Тема 11. Особливості планування та розробки тренінгової програми

Етапи розробки програми тренінгу (за Д. і Дж. Кіркпатриками): визначення ресурсів (люди, час, бюджет), актуалізація потреб учасників (через анкети), складання програми, оцінка реакцій/поведінки/результатів після кожного блоку, моніторинг ефективності. Теорія постановки цілей (Е. Локк). Етапи розвитку групової структури.

Тема 7. Планування та дизайн тренінгу	2	2	5	2	4	Поточне опитування, реферати, тестування
Тема 8. Основні компоненти тренінгу	2	2	5			
Тема 9. Організація тренінгового заняття	2	2	8			
Тема 10. Ефективність тренінгу	2	2	5			
Тема 11. Особливості планування та розробки тренінгової програми	2	2	5			
Тема 12. Психокорекційні групи	2	2	5	-	-	-
Тема 13. Психотерапевтичні групи	2	2	5	-		
Тема 14. Групи підтримки (peer to peer)	2	2	5	-		
Тема 15. Профілактика професійного вигорання	2	2	5	-		
Разом	30	30	78	4	8	

(заочна форма навчання)

	Кількість годин		
	Лекції	Практ. заняття	СРС
Змістовий модуль 1. Теорія психотренінгу в сучасній психологічній науці			
Тема 1. Вступ до основних видів діяльності психолога:	-	-	9
Тема 2. Психологічний тренінг: поняття, історія, принципи	2	1	9
Тема 3. Методичні засади психологічних тренінгів	2	1	9
Тема 4. Загальна характеристика тренінгової групи	-	-	9
Тема 5. Психологічні особливості взаємодії в тренінговій групі	-	-	9
Тема 6. Тренер як центральна фігура психологічного тренінгу	-	-	9
Змістовий модуль 2. Організаційно-методичні аспекти проведення тренінгу			
Тема 7. Планування та дизайн тренінгу	2	1	10
Тема 8. Основні компоненти тренінгу	-	-	10
Тема 9. Організація тренінгового заняття	2	1	10
Тема 10. Ефективність тренінгу	-	-	9
Тема 11. Особливості планування та розробки тренінгової програми	-	-	9

Тема 12. Психокорекційні групи	-	-	9
Тема 13. Психотерапевтичні групи	-	-	9
Тема 14. Групи підтримки (peer to peer)	-	-	9
Тема 15. Профілактика професійного вигорання	-	-	9
Разом	8	4	138

5. Тематика практичних занять з дисципліни «Організація та проведення тренінгових занять»

Денна форма навчання

Змістовий модуль 1. Теорія психотренінгу в сучасній психологічній науці

Практичне заняття №1

Тема: Вступ до основних видів діяльності психолога

Мета: сформувати в студентів розуміння сфер та видів діяльності психолога

Питання для обговорення:

- 1.Різниця між психологом, психіатром та психотерапевтом.
- 2.Сфери діяльності психолога та основні напрямки професійної діяльності
- 3.Назвіть професійні якості психолога.

Практичне заняття №2

Тема: Психологічний тренінг: поняття, історія, принципи

Мета: Ознайомитись з базовими поняттями групового психологічного тренінгу, його історією розвитку, принципами роботи та загальними правилами поведінки на тренінгах.

Питання для обговорення:

1. Що таке груповий психологічний тренінг?
2. Які феномени групового впливу знаєте?
3. Як ці історичні постаті (Я. Морено, К. Левіна, К. Роджерса та інших) відзначилися у розвитку тренінгової роботи в психології?
4. Які принципи тренінгової роботи (зокрема, К. Роджерса) та загальні правила поведінки на тренінгах є важливими?

Практичне заняття №3

Тема: Методичні засади психологічних тренінгів

Мета: Визначити основну мету та завдання тренінгів, розглянути різні класифікації цілей та видів тренінгів.

Питання для обговорення:

1. Яка основна мета та завдання тренінгів, і які основні види цілей існують?
2. Наведіть приклади класифікації тренінгів за Б. Карвасарським та І. Матійків.
3. Які основні тренінгові методи (за І. Вачковим)?

Практичне заняття №4

Тема: Загальна характеристика тренінгової групи

Мета: Опанувати знання про загальні цілі тренінгової групи, ключові принципи групової роботи, правила роботи в групі та складові групової динаміки.

Питання для обговорення:

1. Які загальні цілі тренінгової групи згадуються в джерелі
2. Опишіть основні принципи групової роботи, такі як принцип зворотного зв'язку, «тут-і-тепер», конфіденційності та відкритості.
3. Які складові групової динаміки перераховані, і які групові ролі (за Р. Шиндлером) існують?

Практичне заняття №5

Тема: Психологічні особливості взаємодії в тренінговій групі

Мета: зрозуміти феномен малої групи та практичні рекомендації щодо використання групової роботи для зміни поведінки.

Питання для обговорення:

1. У чому полягає феномен малої групи за К. Левінім?
2. Які практичні рекомендації надаються щодо використання групової роботи для зміни поведінки та формування приналежності до групи?
3. Яке значення має поняття психологічного опору?

Практичне заняття №6

Тема: Тренер як центральна фігура психологічного тренінгу

Мета: Ознайомитись з вимогами до ведучих тренінгів, основними ролями тренера, стилями керівництва та типовими помилками тренера.

Питання для обговорення:

1. Які вимоги висуваються до ведучих тренінгів щодо професійної кваліфікації та особистісної й етичної зрілості?
2. Опишіть основні ролі тренера, які згадуються за С. Кратохвілом та І. Яломом.
3. Назвіть та поясніть стилі керівництва психологічною групою (за М. Ліbermanом, М. Майлзом, І. Яломом)
4. Опишіть типові помилки тренера (за К. Фопелем).

Змістовий модуль 2. Організаційно-методичні аспекти проведення тренінгу

Практичне заняття №7

Тема: Планування та дизайн тренінгу

Мета: Зрозуміти процес планування тренінгу, формування мети та цілей, а також організаційні та технічні складові планування та композицію тренінгу.

Питання для обговорення:

1. Які цілі тренінгу існують за D. VandeWalle?
2. Опишіть систему блоків тренінгу, що охоплює етапи від знайомства до формування навичок.
3. Які технічні та організаційні складові необхідно враховувати при плануванні тренінгу, та з яких частин складається композиція тренінгу (за К. Мілютіною)?

Практичне заняття №8

Тема: Основні компоненти тренінгу

Мета: Ознайомитись з основними формами тренінгової роботи (міні-лекції, групова дискусія, мозковий штурм), видами психологічних вправ, а також методами стимулювання активності групи та формування зворотнього зв'язку.

Питання для обговорення:

1. Які основні форми тренінгової роботи?
2. Назвіть різні види психологічних вправ.
3. Яке значення має стимулювання активності групи та формування зворотнього зв'язку як важливих компонентів тренінгу?

Практичне заняття №9

Тема: Організація тренінгового заняття

Мета: Вивчити етапи організації тренінгового заняття, включаючи знайомство учасників та тренера, роботу тренера під час перерв, аналіз стану групи та можливі варіанти завершення тренінгу.

Питання для обговорення:

1. Вкажіть чому знайомство учасників та тренера є невід'ємною частиною початку роботи тренінгу?
2. Які дії та аналіз стану групи виконує тренер під час перерв?
3. Які можливі варіанти завершення тренінгу згадуються в джерелі?

Практичне заняття №10

Тема: Ефективність тренінгу

Мета: Зрозуміти вимоги до ефективності тренінгу, ознайомитись з моделями оцінки ефективності та індивідуальними особливостями, що впливають на неї.

Питання для обговорення:

1. Які вимоги до ефективності тренінгу згадуються за Д. і Дж. Кірпатриками?
2. Назвіть та коротко охарактеризуйте моделі оцінки ефективності навчання, такі як моделі Д. Філіпса, Р. Тайлера та CIRO.
3. Які індивідуальні особливості можуть впливати на ефективність тренінгу?

Практичне заняття №11

Тема: Особливості планування та розробки тренінгової програми

Мета: Ознайомитись з етапами розробки програми тренінгу, включаючи визначення ресурсів, актуалізацію потреб учасників, складання програми та моніторинг ефективності, а також з теорією постановки цілей.

Питання для обговорення:

1. Які етапи розробки програми тренінгу визначаються Д. і Дж. Кірпатриками?

2. Як відбувається актуалізація потреб учасників при розробці тренінгової програми?

3. Яке значення має моніторинг ефективності після кожного блоку тренінгу та як це пов'язано з теорією постановки цілей (Е. Локк)?

Практичне заняття №12

Тема: Психокорекційні групи

Мета: Визначити поняття психокорекційних груп, ознайомитись з їхніми методами (арт-терапія, ігрова взаємодія, тренування навичок соціальної взаємодії) та розглянути різні категорії таких груп

Питання для обговорення:

1. Що таке психокорекційні групи та які методи вони можуть використовувати?
2. Назвіть приклади психокорекційних груп.
3. Які категорії психокорекційних груп виділяються?

Практичне заняття №13

Тема: Психотерапевтичні групи

Мета: Вивчити історію розвитку формату групової психотерапії та зрозуміти її відмінності від тренінгових груп.

Питання для обговорення:

1. Коротко опишіть історію розвитку формату групової психотерапії.
2. Які основні відмінності у розвитку тренінгових і терапевтичних груп згадуються за Б. Такманом?
3. В чому полягає унікальність психотерапевтичних груп порівняно з тренінговими?

Практичне заняття №14

Тема: Групи підтримки (peer to peer)

Мета: Ознайомитись з особливостями проведення груп підтримки («Рівний - рівному»), їхніми чотирма типами з терапевтичною орієнтацією та основними характеристиками груп взаємодопомоги.

Питання для обговорення:

1. Які особливості проведення груп підтримки («Рівний - рівному») можете назвати?
2. Назвіть чотири типи груп підтримки з терапевтичною орієнтацією за Л. Леві.
3. Які основні характеристики груп взаємодопомоги (самопомічі) ви можете виділити?

Практичне заняття №15

Тема: Профілактика професійного вигорання

Мета: Зрозуміти поняття професійного вигорання, історію терміна, чинники, що провокують емоційне вигорання та чотири стадії вигорання.

Питання для обговорення:

1. Що означає поняття «професійне вигорання» та яка історія цього терміна?
2. Які чинники провокують емоційне вигорання?
3. Опишіть чотири стадії вигорання, згадані за Б. Перлманом та Е. Хартманом.

Заочна форма навчання

Змістовий модуль 1. Теорія психотренінгу в сучасній психологічній науці

Практичне заняття №1

Тема: Психологічний тренінг: поняття, історія, принципи

Мета: Ознайомитись з базовими поняттями групового психологічного тренінгу, його історією розвитку, принципами роботи та загальними правилами поведінки на тренінгах.

Питання для обговорення:

1. Що таке груповий психологічний тренінг?
2. Які феномени групового впливу знаєте?
3. Як ці історичні постаті (Я. Морено, К. Левіна, К. Роджерса та інших) відзначилися у розвитку тренінгової роботи в психології?
4. Які принципи тренінгової роботи (зокрема, К. Роджерса) та загальні правила поведінки на тренінгах є важливими?

Тема: Методичні засади психологічних тренінгів

Мета: Визначити основну мету та завдання тренінгів, розглянути різні класифікації цілей та видів тренінгів.

Питання для обговорення:

1. Яка основна мета та завдання тренінгів, і які основні види цілей існують?
2. Наведіть приклади класифікації тренінгів за Б. Карвасарським та І. Матійків.
3. Які основні тренінгові методи (за І. Вачковим)?

Змістовий модуль 2. Організаційно-методичні аспекти проведення тренінгу

Практичне заняття №2

Тема: Планування та дизайн тренінгу

Мета: Зрозуміти процес планування тренінгу, формування мети та цілей, а також організаційні та технічні складові планування та композицію тренінгу.

Питання для обговорення:

1. Які цілі тренінгу існують за D. VandeWalle?
2. Опишіть систему блоків тренінгу, що охоплює етапи від знайомства до формування навичок.

3. Які технічні та організаційні складові необхідно враховувати при плануванні тренінгу, та з яких частин складається композиція тренінгу (за К. Мілютіною)?

Тема: Основні компоненти тренінгу

Мета: Ознайомитись з основними формами тренінгової роботи (міні-лекції, групова дискусія, мозковий штурм), видами психологічних вправ, а також методами стимулювання активності групи та формування зворотнього зв'язку.

Питання для обговорення:

1. Які основні форми тренінгової роботи?
2. Назвіть різні види психологічних вправ.
3. Яке значення має стимулювання активності групи та формування зворотнього зв'язку як важливих компонентів тренінгу?

6. Самостійна робота студентів

Для успішного вивчення і засвоєння дисципліни «Організація та проведення тренінгових занять» студентам необхідно володіти значним обсягом інформації, частину якої вони отримують і опрацьовують шляхом самостійної роботи. Самостійна робота полягає у опрацюванні сучасної навчальної і фахової літератури. Самостійна робота виконується студентами у формі аналізу та інтерпретації тестових завдань та результатів розв'язання кейсових випадків, що стосуються курсу. Для цього розроблено ряд кейсів, тренінгів, практикумів. У науковому повідомленні обґрунтовується актуальність теми, вказується мета, завдання, об'єкт і предмет дослідження, його основна ідея або гіпотеза. Теоретична його частина передбачає короткий виклад наукового матеріалу з даної психосоціальної проблеми, аналіз та аргументацію різних наукових підходів, концепцій, моделей, а емпірична - відображає вміння студента застосувати набуті теоретичні знання на практиці, підібрати психодіагностичний (кейси, опитувальники) та психокорекційний (вправи, ігри) інструментарій для дослідження предметного змісту конкретної проблематики. У висновках треба коротко підсумувати виконану роботу в контексті досягнення мети дослідження, внести конкретні пропозиції.

Тематика для самостійної роботи

1. Тренінги на розвиток навичок саморегуляції.
2. Комунікативні тренінги.
3. Тренінги, що стимулюють особистісний ріст.
4. Соціально-психологічні тренінги.
5. Тренінги навичок (фокусування на розвитку конкретних навичок).
6. Бізнес-тренінги.
7. Тренінги з дослідження та розв'язання психологічних проблем.
8. Тренінги для покращення самопочуття.
9. Тренінги з вивчення закономірностей міжособистісної взаємодії.
10. Тренінги з розвитку самосвідомості.
11. Тренінги, що сприяють особистісному розвитку та реалізації потенціалу.

12. Тренінги, спрямовані на зміну поведінки.
13. Тренінги з формування позитивного ставлення до себе
14. Групи зустрічей.
15. Балінтовські групи.
16. Групи підтримки (формат «Рівний - рівному»).
17. Групи взаємодопомоги (самодопомоги)
18. Тренінги з профілактики професійного вигорання
19. Тренінг для розвитку професійних якостей психолога

7. Тренінг з дисципліни

Організація і проведення тренінгу

Програма тренінгу особистісного зростання:

Мета: закріплення отриманих знань та вмінь, підкріплення власної значимості в ідентичності тренера

Структура тренінгу:

1. Підготовчий етап: ознайомлення учасників тренінгу з основними цілями та завданнями тренінгу, форматом тренінгу; знайомство учасників тренінгової групи з тренером та між собою, прояснення очікувань та побоювань учасників групи стосовно тренінгу; встановлення та прийняття правил тренінгової групи.

2. Основна частина:

- Ідентичність тренера - (міні-лекція).
- Формування позитивного емоційного клімату в групі.
- Використання методу мозкового штурму для накопичання всіх можливих вмінь та навиків отриманих в результаті навчання.
- Аналіз власної ідентичності тренера перед початком та після проходження курсу «Організація та проведення тренінгових занять».
- Здійснення рефлексій власного Я.
- Проектування програми особистісного зростання (вправа «долоня»).

3. Заключна частина:

Підведення підсумків тренінгу, оцінка досягнення цілей тренінгу, відповіді на запитання, анкетування.

Методи проведення: міні-лекції, ситуаційно-рольова гра, дидактична гра, ситуаційна гра, мозковий штурм, відпрацювання конкретних умінь та навичок, робота в малих групах, в парах.

8. Засоби оцінювання та методи демонстрування навчання

У процесі вивчення дисципліни «Основи організації та проведення тренінгів» використовуються наступні засоби оцінювання та методи демонстрування результатів навчання:

- стандартизовані тести;
- поточне опитування;
- залікове модульне тестування та опитування;
- реферати, есе;
- презентації результатів виконаних завдань;
- екзамен.

9. Критерії, форми поточного та підсумкового контролю

Підсумковий бал (за 100-бальною шкалою) з дисципліни «Організація та проведення тренінгових занять» визначається як середньозважена величина, залежно від питомої ваги кожної складової залікового кредиту:

Модуль 1	Модуль 2	Модуль 3	Модуль 4	Модуль 5
10% 10%	10% 10%	5%	15%	40%
Поточне опитування Модульний контроль №1	Поточне опитування Модульний контроль №2	Тренінги	Самостійна робота	Екзамен
1. Оцінка за поточне оцінювання визначається як середнє арифметичне з оцінок, отриманих під час занять (5 занять, 5 тем – 5 оцінок). 2. Модульний контроль 1 проводиться на 5 практичному занятті. Оцінка за Модульний контроль 1 виставляється на підставі виконання письмового завдання, а саме: 10 тестових завдань, кожне з яких має 5 балів і одне теоретичне питання, яке має 50 балів.	. Оцінка за поточне оцінювання визначається як середнє арифметичне з оцінок, отриманих під час занять (10 занять, 10 тем – 10 оцінок). 2. Модульний контроль 2 проводиться на 15 практичному занятті. Оцінка за Модульний контроль 2 виставляється на підставі виконання письмового завдання, а саме: 10 тестових завдань, кожне з яких має 4 бали і двох теоретичних питань, кожне з яких має 30 балів.	1. Розробка авторських анкет для проведення тренінгової роботи, оформлення роботи згідно вимог = 60 балів Оцінка за тренінг = 40 балів	Оцінюється вміння аналізувати та інтерпретувати тестові завдання та результати ділових ігор, що стосуються курсу.	1. Відповідь на 2 запитання, кожне з яких 40 балів. У підсумку 80 балів. 2. Розв'язання 5 тестів та 5 суджень по 2 бали = 20 балів

Шкала оцінювання:

За шкалою університету	За національною шкалою	За шкалою ECTS
90-100	відмінно	A (відмінно)
85-89		B (дуже добре)
75-84	добре	C (добре)
65-74	задовільно	D (задовільно)
60-64		E (достатньо)
35-59	незадовільно	FX (незадовільно з можливістю повторного складання)
1-34		F (незадовільно з обов'язковим повторним курсом)

**10. Інструменти, обладнання та програмне забезпечення,
використання яких передбачає навчальна дисципліна**

№ п\п	Найменування	Номер теми
1	Мультимедійний проектор	1-15
2	Проекційний екран	1-15
3	Комунікаційне програмне забезпечення (Google Chrome, Firefox)	1-15
4	Наявність доступу до мережі	1-15
5	Персональні комп'ютери, ноутбук	1-15
6	Комунікаційне програмне забезпечення (Zoom) для проведення занять у режимі он-лайн (за необхідності)	1-15
7	Комунікаційна навчальна платформа (Moodle) для організації дистанційного навчання (за необхідності)	1-15
8	Програмне забезпечення: ОС Windows	1-15
9	Інструменти Microsoft Office (Word; Excel; PowerPoint і т.і.)	1-15

РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА ІНФОРМАЦІЇ

1. Афанасьєва Н.Є., Перелигіна Л.А. Теоретико-методологічні основи соціально-психологічного тренінгу: навчальний посібник. Харків: НУЦЗУ, 2016. 251 с.
2. Групи самодопомоги (self-help groups). Психологічна енциклопедія – grou-dan. URL: <http://enc.com.ua/psixologichna-enciklopediya/grou-dann/107650-grupisamodopo-mogiself-helpgroups.html>
3. Заверико Н. В. Групи взаємодопомоги в системі соціально-педагогічної роботи з населенням. Вісник Запорізького національного університету: збірник наукових праць. Педагогічні науки. Запоріжжя : Запорізький нац. ун-т., 2011. С. 25–129.
4. Зливков В.Л., Лукомська С.О. Теорія та практика психологічних тренінгів. К.Ніжин: Видавець ПП Лисенко М.М., 2019. 209 с.
5. Зливков В., Ліпінська С., Лукомська С. Сучасні тренінгові технології: інтегративний підхід. Київ.-Ніжин : Видавець ПП Лисенко М.М., 2020. 210
6. Іванова Т. Психологія. Вступ до спеціальності: конспекти лекцій. URL: https://ppst.sumdu.edu.ua/images/pdf/Vstup_PL_Konspekt_Ivanova.pdf
7. Карпенко Є. Основи психотренінгу: навч. посібник. <http://dspace.lvdu.vsu.edu.ua/bitstream/1234567890/2360/1/%D0%9A%D0%B0%D1%80%D0%BF%D0%B5%D0%BD%D0%BA%D0%BE%20%D0%84.%D0%92.%20%D0%BE%D1%81%D0%BD%D0%BE%D0%B2%D0%B8%20%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D1%82%D1%80%D0%B5%D0%BD%D1%96%D0%BD%D0%B3%D1%83.pdf>
8. Карпенко Є. Організація тренінгу спілкування з дітьми різного віку: метод. матеріали до практичних занять [для фахівців ОКР «Бакалавр» спеціальності 6.030102 «Психологія»]. Дрогобич: Видавничий відділ Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка, 2016. 145 с.
9. Корнієнко І.О., Алмаші С.І. Методологія проведення тренінгів. Мукачєво, 2016. 60 с.
10. Купчишина В. Ч., Голярдик Н. А., Демський В. В. Вступ до спеціальності: курс лекцій: навчальний посібник. Електр. навч. вид. Хмельницький : Видавництво НАДПСУ, 2020. 232 с.
11. Матійків І. М. Основи тренерської майстерності: навч.-метод. посіб. Львів : Компанія «Манускрипт», 2012. 392 с.
12. Мілютіна К. Л. Теорія та практика психологічного тренінгу: Навч. посіб. К.: МАУП, 2004. 192 с.
13. М-во охорони здоров'я України. Психолог, психіатр, психотерапевт – яка між ними різниця?. *moz.gov.ua*. URL: <https://moz.gov.ua/uk/psiholog-psihiatr-psihoterapevt---jaka-mizh-nimi-riznicja>.
14. Мороз Л.І. Основи професійно-психологічного тренінгу: Навч.посіб. К.: ПАЛИВОДА, 2004

15. Мюллендер О. Самокерована групова робота: діяльність користувачів з метою наснаження. пер. С. Пархоменко. Амстердам, Київ : АПУ, 1996. 176 с.
16. Організація і методика соціально-психологічних тренінгів: навчальний підручник. Т. Д. Перепелюк, І. С. Ільченко, Умань: видавничо-поліграфічний центр «Візаві», 2014. 255 с.
17. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Навчальний посібник. Том 2. Київ, 2018. 240 с
18. Пророк Н. В. Практичний психолог: професійно-важливі якості. Проблеми загальної та педагогічної психології : зб. наук. праць ін-ту ім. Г.С. Костюка АПН України за ред. С.Д. Максименка. К., 2001. Т. III. Ч. 8. С. 190–194.
19. Святенко Ю.О. Тренінг особистісного зростання. Київ, 2017. 80 с.
20. Теоретико-методологічні основи соціально-психологічного тренінгу: навч. посіб. Афанасьєва Н. Є., Перелигіна Л. А.; Нац. ун-т цивіл. захисту України. Харків : ХНАДУ, 2017. 315 с.
21. Шевчук О.М. Організація і методика соціально-педагогічного тренінгу: Навчальний посібник. Умань: ПП Жовтий, 2011. 133 с.
22. Wilson J. How to Work with Self Help Groups: Guidelines for Professionals. Aldershot, Hants, England : Arena, 1995. 164 p.

ДОДАТКОВА ЛІТЕРАТУРА

1. Анна Могильник, Марія Яцухненко. Психолог на зв'язку. Порадник для людей, які обирають жити Життя у війну. Київ, Приватне підприємство «Рекламна агенція Да Вінчі». 2023. 172 с.
2. Бондарєва Л.І. Методичні аспекти розробки та проведення навчального тренінгу студентів у вищій професійній школі. Педагогіка і психологія професійної освіти. 2016. №6. С.48-58.
3. Етичний кодекс психолога. Режим доступу: <http://nsj.gov.ua/files/1448287570%D0%95%D1%82%D0%B8%D1%87%D0%BD%D0%B8%D0%B9%20%D0%BA%D0%BE%D0%B4%D0%B5%D0%BA%D1%81%20%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B0.docx.pdf>
4. Сенік А. Тренінгова робота зі здобувачами вищої освіти: формування комунікативних навичок для толерантної взаємодії. Communication as a factor of transparency of social interaction: psychological, historical, legal, economic and political dimensions. editors Jacek Mrozek, Oksana Koval, Krystyna Ziolkowska Ełk 2022. С.37- 45.
5. Москаленко А. Процедура оцінювання ефективності психологічного тренінгу. Соціальна психологія. 2006. № 5. С. 185-191.
6. Кострікін О. В. Формування та розвиток професійних якостей особистості майбутніх керівників засобами тренінгу в навчально-виховному процесі ВНЗ. Проблеми сучасної психології. 2013. Вип. 21. С. 268-278
7. Федорчук В. М. Тренінг особистісного зростання: навч. посіб. Київ: «Центр учбової літератури», 2014. 250 с.

8. Чебикін О. Я., Сінельнікова Т. В. Психологічні основи тренінгових технологій : монографія. ПНЦ НАПН України. Одеса : ТОВ Лерадрук, 2013. 229 с.